

会 員 だ よ り (令和 7 年 7 月号)

(公・社)北栄町シルバー人材センター

事務局 北栄町田井46-2 TEL36-6220

= 草刈りボランティア及び講習会を開催しました =

6月9日(月)、草刈ボランティアと草刈機取扱講習会を出会いの広場で開催しました。講習会には、会員27人が参加。開会行事のあと、出会いの広場の雑草を、事務局2人を加えた総勢29人で、一掃しました。



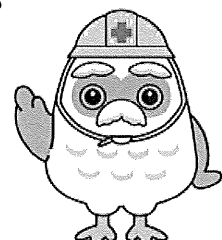
= 7 月は安全・適正就業強化月間です =

国が実施する「全国安全週間」にあわせて、本シルバーも7月は「安全・適正就業強化月間」の月としての取り組みを進めます。会員の皆さん全員で組織をあげて、事故の撲滅を図り「安心・安全」のシルバー事業を推進しましょう。

「安全・適正就業強化月間」の期間は7月1日から7月31日までです。

全国スローガン

「安全は 無理せず 焦らず 油断せず」



= 熱中症に注意しましょう =

私たち高齢者は、熱中症にかかりやすい体力になっています。暑い日は無理をしないようにしましょう。調子が悪いなと思ったらすぐに休んだり、お医者さんの手当てを受けましょう。

★熱中症予防ポイント

- ① 日頃から睡眠を十分にとり、栄養バランスの良い食事に気を付け、また、体力づくりを行い体調に気を配りましょう。朝食抜きは厳禁です。睡眠不足・二日酔い等の場合は、就業を控えることも必要です。
- ② 就業中は、無理をせず、適度に休憩をとりましょう。
- ③ 屋外での単独作業の場合は、定期的に事務局等と連絡を取り合いましょう。
- ④ 作業前・作業中・休憩時などに水分をこまめにとりましょう。大量に汗をかく場合は、塩分もとるようにしましょう。
- ⑤ のどが渇く前に水分を補給しましょう。また、のどが渇かなくてもこまめに水分補給しましょう。

=シルバー人材センター入会希望者をご紹介します！=

皆さんの知り合いの方等で、シルバー人材センターに入会希望の方があれば、事務局が説明に伺いますので、事務局へご連絡ください。

なお、会員紹介者に商品券 1,000 円分を進呈しています。

